LIEU : PUS VEYRASSI MONTPELLIER

CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL MUSCULATION

DATE : 10/02/2018

Epreuves équipe mixte-Musculation

Classement		LICENCE FFHM	SEXE	NOM	PRENOM	DATE DE NAISSANCE	MAIL	DEFI PUISSANCE				DEFI RESISTANCE				DEFI CARDIO				TOTAL "POINTS" des 3
								FILLES	GARCONS 1	GARCONS 2	Classement 1	FILLES	GARCONS 1	GARCONS 2	Classement 2	Tous ensemble = Chrono			Classement 3	
								SQUAT (Max. 7RM 5mns)	SDT (Max. 6RM 5mns)	SDT (Max. 6RM 5mns)		Dév. Assis avec MB 10kgs (3')	Traction supination + Dips (3')	Traction supination + Dips (3')		LANCER DE MB 10kgs sur 30M	RAMEUR 1500m à 3 (3x500m)	SPRINT à 3 + retour du MB		
1	EQUIPE 1	Pass'Halter	F	LASSAYS	PAULINE	21/02/1998	pauline.lassays@yahoo.fr	80	160	160	1	73	68	70	1	6'20"27			1	3
		292248	M	BOULARD	GUILLAUME	03/10/1994	black-signal@hotmail.fr													
		423984	M	BALLATORE	FABIEN	24/05/1996	firefox423@hotmail.fr													
2	EQUIPE 2	362268	F	MAZOUZ	SOPHIE	21/07/1998	sissoulatoupie@hotmail.fr	80	150	80	2	70	92	11	2	6'45"53			2	6
		423956	M	SALVI	REMI	11/05/1996	xremmimi@gmail.com													
		Pass'Halter	M	STECKMANN	JONATHAN	05/07/1996	jonathan13056@gmail.com													
3	EQUIPE 3																			0
4	EQUIPE 4																			0
5	EQUIPE 5																			0
6	EQUIPE 6																			0
7	EQUIPE 7																			0
8	EQUIPE 8																			0
9	EQUIPE 9																			0
10	EQUIPE 10																			0

LIEU :	PUS VEYRASSI MONTPELLIER	CHAMPIONNAT DEPARTEMENTAL MUSCULATION	DATE : 10/02/2018

Classement	Epreuves individuelles-Musculation									DEFI PUISSANCE			DEFI RESISTANCE			DEFI CARDIO			TOTAL "POINTS" des 3 épreuves
										FILLES	GARCONS		FILLES	GARCONS		FILLES	GARCONS		
	CLUB	LICENCE FFHM	SEXE	NOM	PRENOM	DATE DE NAISSANCE	P.C.	Caté	MAIL	SQUAT (Max. 7RM 5mns)	SDT (Max. 6RM 5mns)	Classement 1	Dév. Assis avec MB 10kgs (3')	Traction supination + Dips (3')	Classement 2	1-DC (20R à 45% P.C.) 2-V-Up (12R) 3-Fentes AV-Haltères 10kgs (10R/10R)	1-DC (20R à 75% P.C.) 2-V-Up (12R) 3-Sauts sur plots (10R)	Classement 3	
1	FORCE STAPS MONTPELLIER	Pass'Halter	F	NOEL	LEA	24/02/1996	52	-57	lea.noel24@hotmail.fr	75		1	65		1	6'23"21		1	3
2	FORCE STAPS MONTPELLIER	423965	F	BALDARE	AMANDINE	07/10/1996	51,5	-57	amandine.baldare@hotmail.com	70		2	62		3	6'32"10		2	7
3	SUAPS-MONTPELLIER	Pass'Halter	F	FOURNIER	LEA	05/06/1998	54,9	-57	lea.fournier01@etu.umontpellier.fr	70		3	63		2	7'07"45		3	8
1	SUAPS-MONTPELLIER	Pass'Halter	F	LASSAYS	PAULINE	21/02/1998	65,2	57+	pauline.lassays@yahoo.fr	80		1	73		1	6'48"38		1	3
2	ALSDD TOULON	362268	F	MAZOUZ	SOPHIE	21/07/1998	70,3	57+	sissoulatoupie@hotmail.fr	80		2	70		2	6'55"15		2	6
1	FORCE STAPS MONTPELLIER	423956	M	SALVI	REMI	11/05/1996	68,5	-75	remi.salvi8311@gmail.com		150	2		92	1		5'07"14	1	4
2	FORCE STAPS MONTPELLIER	423984	M	BALLATORE	FABIEN	24/05/1996	74,3	-75	firefox423@hotmail.fr		160	1		70	2		5'35"03	2	5
1	FORCE STAPS MONTPELLIER	292248	M	BOULARD	GUILLAUME	03/10/1994	80,4	75+	black-signal@hotmail.fr		160	1		68	1		5'43"40	2	4
2	FORCE STAPS MONTPELLIER	403329	M	ARMANGAU	MIGUEL	07/11/1996	76,8	75+	miguelarmangau@hotmail.fr		155	2		65	2		6'18"26	1	5
3	SUAPS-MONTPELLIER	Pass'Halter	M	STECKMANN	JONATHAN	05/07/1996	93,6	75+	jonathan13056@gmail.com		80	3		11	3		9'57"13	3	9
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0
																			0